

		TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
	1/9/2026		2/9/2026	3/9/2026	4/9/2026				
Desjejum 7:30H/8:00H	Leite vegetal com banana e aveia sem leite + manga picada + biscoito de polvilho sem leite	Suco de maçã integral + salada de frutas (banana, manga e morango) com aveia sem leite	Suco de péssego integral + tora de frango com legumes sem leite	Leite vegetal com morango + bolo sem açúcar e sem leite	KCAL 650 Kcal CHO 101 g	KCAL 610 Kcal CHO 101 g			
Almôço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão preto, Barrado, farofa de banana da terra + couve + salada de tomate e cebola + laranja	Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa) + batata refogada + rúcula + maçã	Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada de alface + melancia	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (cenoura, batata e brócolis) + <u>melão</u>	PTN 25 g LIP 18 g	PTN 22 g LIP 15 g			
Lanche 13:30H/14:00H	Leite vegetal com morango + bolo sem açúcar e sem leite	Suco de péssego integral + tora de frango com legumes sem leite	Suco de maçã integral + salada de frutas (banana, manga e morango) com aveia sem leite	Leite vegetal com banana e aveia sem leite + manga picada + biscoito de polvilho sem leite	CALCIO 506 Mg FERRO 5 Mg	CALCIO 486 Mg FERRO 7 Mg			
Jantar 15:30H/16:00H	Arroz com cenoura + FEUJÃO CARIOCA + Frango ao molho + agrião + abobora refogada + maçã	Macarrão com carne moída + 1 legumes refogados (brócolis e cenoura) + laranja	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + couve	Batata refogada + Carne moída ao molho + escorova + <u>salada de alface</u> + <u>melancia</u>	VITAMINA A 563 Mg VITAMINA C 52 Mg	VITAMINA A 513 Mg VITAMINA C 50 Mg			
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
	7/9/2026	8/9/2026	9/9/2026	10/9/2026	11/9/2026				
Desjejum 7:30H/8:00H	Chá erva doce/cidreira + Biscoito polvilho sem leite + maçã	Leite vegetal com banana + pão de queijo vegano	Ingurte vegano com morango e banana batido + biscoito de polvilho sem leite	Suco de uva integral + panqueca sem leite + recheio frango	KCAL 651 Kcal CHO 115 g	KCAL 511 Kcal CHO 100 g			
Almôço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão carioca, Ovos mexidos + couve + Abobora refogada + porokan	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (chuchu e cenoura) + rúcula + <u>salada de brócolis</u> + melancia	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, polenta + rúcula + <u>batata</u> de <u>beirerraba</u> + <u>manga</u>	PTN 25 g LIP 18 g	PTN 21 g LIP 15 g			
Lanche 13:30H/14:00H	Suco de uva integral + panqueca sem leite + recheio frango	Ingurte vegano com morango e banana batido + biscoito de polvilho sem leite	Leite vegetal com banana + pão de queijo vegano	Chá erva doce/cidreira + biscoito polvilho sem leite + maçã	CALCIO 563 Mg FERRO 5 Mg	CALCIO 320 Mg FERRO 7 Mg			
Jantar 15:30H/16:00H	Arroz com brócolis + FEUJÃO PRETO + Carne moída ao molho + agrião + abobrinha refogada + maçã	Polenta + Frango ao molho + salada de acelga + porokan	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + espinafre + salada de <u>beirerraba</u> + <u>manga</u>	Macarrão com frango + legumes refogados (brócolis e cenoura) + melancia	VITAMINA A 506 Mg VITAMINA C 65 Mg	VITAMINA A 511 Mg VITAMINA C 61 Mg			
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
	14/9/2026	15/9/2026	16/9/2026	17/9/2026	18/9/2026				
Desjejum 7:30H/8:00H	Mingau de aveia sem leite com leite vegetal com banana	Chá erva doce/cidreira + bolo sem açúcar e sem leite + porokan	Suco de maçã integral + salada de frutas (mamão, melão e uva) com aveia sem leite	Vitamina de frutas (banana e morango) com leite vegetal e aveia sem leite + biscoito de polvilho sem leite	Suco de abacaxi natural + ovos mexidos + melão	KCAL 687 Kcal CHO 110 g	KCAL 601 Kcal CHO 132 g		
Almôço 10:30H/11:00H	Arroz + Frango ao molho com legumes (batata, cenoura, milho) + escarola + salada de tomate + maçã	Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina, farofa de cenoura + couve + laranja	Arroz integral, Feijão carioca, Frango (sassam) ao molho, salada de alface + <u>goiabada</u>	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, batata refogada + salada de brócolis	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassam) grelhado, salada de acelga + mamão	PTN 22 g LIP 18 g	PTN 25 g LIP 19 g		
Lanche 13:30H/14:00H	Vitamina de frutas (banana e morango) com leite vegetal e aveia sem leite + biscoito de polvilho sem leite	Suco de abacaxi natural + ovos mexidos + melão	Mingau de aveia sem leite com leite vegetal com banana	Suco de maçã integral + salada de frutas (mamão, melão e uva) com aveia sem leite	Chá erva doce/cidreira + bolo sem açúcar e sem leite + porokan	CALCIO 463 Mg FERRO 7 Mg	CALCIO 512 Mg FERRO 7 Mg		
Jantar 15:30H/16:00H	Polenta + Carne moída ao molho + salada de acelga + laranja	Macarrão com frango + legumes refogados (brócolis e cenoura) + <u>goiabada</u>	Arroz com cenoura + FEUJÃO PRETO + Carne moída ao molho + agrião + abobrinha refogada	Sopa de abacaxi + mandioca + beirerraba + abobrinha + espinafre + mamão	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + espinafre + <u>salada de tomate</u> + melão	VITAMINA A 509 Mg VITAMINA C 64 Mg	VITAMINA A 409 Mg VITAMINA C 61 Mg		
Observações: Biscoitos, farinhas, cereais (aveia), laticínios sem traços de leite. Utilizar leite vegetal.									
CMEI					ALUNO				

John G. Caffrey

Nutritionista Controlor Operacional
CRN 3 19740

CERN 8 19730



CMEI / CEI DE 13 MESES A 2 ANOS E 11 MESES – CARDÁPIO SETEMBRO/2026



APLV									
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA				
	21/9/2026	22/9/2026	23/9/2026	24/9/2026	25/9/2026				
Desjejum 7:30H/8:00H	Leite vegetal com morango e banana batido + biscoito de polvilho sem leite	Leite vegetal com morango + panqueca sem leite de banana com aveia sem leite	Suco de abacaxi natural + crepioca de queijo vegano	Leite vegetal com cacau (100%) + pão de queijo vegano	Suco de maracujá + Panqueca de frango desfiado ao molho sem leite + Bolo sem açúcar e sem leite				
	KCAL 635	KCAL 114	KCAL 9	KCAL 23	KCAL 18				
	CHO 9	CHO 98	CHO 20	CHO 9	CHO 17				
Almôço 10:30H/1:00H	Arroz, Feijão preto, Carne ao molho, pirão de carne + salada de beterraba + melão	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (batata salta + chuchu + cenoura) + brócolis + portkan	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alicace	Arroz, Feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + melancia	Macarrão com molho de carne moída + escarola + salada de alicace com tomate + manga				
	PTN 23	PTN 9	PTN 17	PTN 9	PTN 17				
	LIP 18	LIP 9	LIP 17	LIP 9	LIP 17				
Lanche 13:30H/14:30H	Leite vegetal com cacau (100%) + pão de queijo vegano	Suco de abacaxi natural + crepioca de queijo vegano	Leite vegetal com morango + panqueca sem leite de banana com aveia sem leite	Leite vegetal com morango e banana batido + biscoito de polvilho sem leite	Suco de maracujá + Panqueca de frango desfiado ao molho sem leite + Bolo sem açúcar e sem leite				
	CALCIO 512	Mg 6	CALCIO 410	Mg 6	CALCIO 410				
	FERRO 6	Mg 6	FERRO 6	Mg 6	FERRO 6				
Jantar 15:30H/16:00H	Poleenta + Frango ao molho + salada de alicace + portkan	Macarrão com carne moída + Legumes refogados (brócolis e cenoura)	Arroz com brócolis + FEIJÃO CARIOCA + Frango ao molho + agrião + abóbora refogada + melancia	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + ricota + salada de beterraba + laranja	Batata refogada + Frango ao molho + couve refogada + salada de alicace + banana				
	VITAMINA A 503	Mg 563	VITAMINA A 563	Mg 563	VITAMINA A 563				
	VITAMINA C 48	Mg 45	VITAMINA C 45	Mg 45	VITAMINA C 45				
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA						
	28/9/2026	29/9/2026	30/9/2026						
Desjejum 7:30H/8:00H	Vitamina de frutas (banana e abacate) com leite vegetal e aveia sem leite + biscoito de polvilho sem leite	Suco de uva integral + panqueca de queijo vegano	Suco de manga integral + torta de frango com legumes sem leite						
	KCAL 526	KCAL 9	KCAL 92	KCAL 9					
	CHO 98	CHO 9	CHO 92	CHO 9					
	PTN 17	PTN 9	PTN 17	PTN 9					
	LIP 10	LIP 9	LIP 10	LIP 9					
Almôço 10:30H/1:00H	Arroz, Feijão carioca, Omelete assado + espinafre + legumes refogados (abobrinha e cenoura) + portkan	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho com legumes (abóbora e chuchu) + agrião + salada de alicace + melão	Macarrão parafuso + Frango ao molho desfiado + espinafre + salada de beterraba + maçã						
	CALCIO 216	Mg 111	CALCIO 111	Mg 111					
	FERRO 2	Mg 3	FERRO 3	Mg 3					
	VITAMINA A 128	Mg 269	VITAMINA A 269	Mg 269					
	VITAMINA C 55	Mg 48	VITAMINA C 48	Mg 48					
Lanche 13:30H/14:30H	Suco de uva integral + panqueca de queijo vegano	Suco de manga integral + torta de frango com legumes sem leite	Vitamina de frutas (banana e abacate) com leite vegetal e aveia sem leite + biscoito de polvilho sem leite						
	CALCIO 216	Mg 111	CALCIO 111	Mg 111					
	FERRO 2	Mg 3	FERRO 3	Mg 3					
	VITAMINA A 128	Mg 269	VITAMINA A 269	Mg 269					
	VITAMINA C 55	Mg 48	VITAMINA C 48	Mg 48					
Jantar 15:30H/16:00H	Poleenta com almondegas ao molho + brócolis + salada de beterraba + maçã	Arroz + Frango ao molho com legumes (batata, cenoura e milho) + ricota + salada de tomate + portkan	Sopa de FEIJÃO (batata, mandiocquinha, cenoura e carne) + couve + melão						
	CALCIO 216	Mg 111	CALCIO 111	Mg 111					
	FERRO 2	Mg 3	FERRO 3	Mg 3					
	VITAMINA A 128	Mg 269	VITAMINA A 269	Mg 269					
	VITAMINA C 55	Mg 48	VITAMINA C 48	Mg 48					
Observações: Biscoitos, farinhas, cereais (aveia), laticínios sem traços de leite. Utilizar leite vegetal.									
CMEI					ALUNO				

Patricia dos Santos Alves Garcia
Mat. Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº1781

Ligia Marcia Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº7791

Camille Consantino de Carvalho
Mat. Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº1102

Lidiane Oliveira Costa Brito
Coordenadora Operacional

Vitoria Luna Azeiteiro Luz
Nutricionista Controlador Operacional

CRN 8 18740